

1月7日の給食メニュー

★メニュー内容

★熱量

ごはん
 鮭の黄金焼き
 すき昆布炒め
 なめこ汁
 牛乳

603 kcal



熱や力になる 黄色の食品	血や肉になる 赤の食品	体の調子を整える 緑の食品
★精白米,砂糖,油	鮭,みそ,すき昆布,さつま揚げ,生揚げ,大豆,かつお節,牛乳	にんじん,なめこ,★ねぎ,糸こんに

★ひとくちメモ